



# NARM Introkursus København og Århus 2021

Krop og psyke hænger sammen i den NeuroAffektive Relationelle Model

På dette spændende 2-dages introduktionskursus i NARM, vil du få indblik i NARM som behandlingsmetode. Dr. Laurence Hellers banebrydende terapeutiske metode NARM har vist sig at være en særdeles effektiv behandlingsmetode i forhold til udviklingstraumer og tilknytningsproblemer, da den integrerer en kropslig og psykologisk tilgang i behandlingen af lavt selvværd, skam og selvkritik.

## Hvad er NARM?

- NARM præsenterer et fundamentalt skift i psykoterapeutisk tænkning.
- I NARM-terapi understøttes vores evne til biologisk selvregulering og vores kapacitet til at føle os forbundet med os selv og andre.
- NARM er en ressource-orienteret, ikke-regressiv model, der arbejder med Somatic mindfulness og mindful awareness på processen.
- De fleste emotionelle problemer kan føres tilbage til fem biologisk baserede principper: Behovet for kontakt, afstemning, tillid, autonomi og kærlighed/sexualitet. Hver type afspejles af et mønster af spændinger eller pansring i kroppen, såvel som af adfærd og evne til at klare livets udfordringer.
- Med NARM arbejdes med de overlevelsestrategier som blev udviklet i barndommen, og som spærrer for livsudfoldelsen her og nu.

**Formålet** med kurset er at få kendskab til NARM metoden og NARM uddannelsen.

**Formen** vil være en vekslen mellem teoretiske oplæg, små øvelser og live-demonstration af, hvordan den organiske proces kan inddrages i terapi.

**Sted og tid:** Kurset gennemføres som heldagskursus i dagtimerne over 2 dage i København og Århus. I København er introduktionskurset den 6.-7. maj 2021 og i Århus den 18.-19. maj 2021.

**Pris:** Prisen for kurset er DKK 3.400,- inkl. frokost men uden overnatning.

**Tilmelding:** Via hjemmesiden: [www.narm-danmark.com](http://www.narm-danmark.com)

**Underviser:** Tove Mejdahl, specialist og supervisor i klinisk psykologi.



### Tove Mejdahl

Aut. Psykolog (cand.pæd.psyk).  
Specialist og supervisor i klinisk psykologi.  
Uddannet i Somatic Experiencing.  
Uddannet i Den NeuroAffektive Relationelle Model.  
Arbejder i selvstændig praksis som omfatter undervisning, supervision og kurser.  
Godkendt som underviser på NARM-uddannelsen.